Esercizio 4. Vero o falso sull'invecchiamento sano.

Decidi se le seguenti affermazioni sono vere o false

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Affermazioni**  | **Vero**  | **Falso** |
| Maria.jpg | Fa bene a Maria mangiare più cibo sano e meno cibo surgelato. | Duim omhoog | Duim omhoog |
| Maria.jpg | Se Maria si esercitasse di più, potrebbe evitare di cadere di nuovo. | Duim omhoog | Duim omhoog |
|  | Alla sua età, Maria potrebbe iniziare a fare boxe o a giocare a rugby. | Duim omhoog | Duim omhoog |
| C:\Users\jose.gil\Desktop\sugar drinks.jpg | Posso bere bevande zuccherate (cola) ogni giorno. | Duim omhoog | Duim omhoog |
|  | Posso mangiare torte ogni giorno. | Duim omhoog | Duim omhoog |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **Affermazioni** | **Vero** | **Falso** |
| C:\Users\USUARI\Downloads\scale-2396062_1920.jpg | Perderò peso se mangio più del dovuto o se mangio cibo non salutare. | Duim omhoog | Duim omhoog |
| C:\Users\jose.gil\Downloads\vegetables-1238252_1920.jpg | È bene mangiare frutta e verdura ogni giorno. | Duim omhoog | Duim omhoog |
|  | Le persone anziane non dovrebbero fare esercizio. | Duim omhoog | Duim omhoog |
| C:\Users\jose.gil\Downloads\water-bottle-2001912_1920.jpg | Dovrei bere 8-10 bicchieri d'acqua al giorno. | Duim omhoog | Duim omhoog |
| C:\Users\USUARI\Downloads\woman-5894866_1920.jpg | È bene andare a letto molto tardi e guardare molto la TV. | Duim omhoog | Duim omhoog |